




3 1761 11483699 2

CA1
EP
-Z005

GOVT



Digitized by the Internet Archive
in 2023 with funding from
University of Toronto



Environment
Canada

Environnement
Canada

Government
Publication

CAI
EP

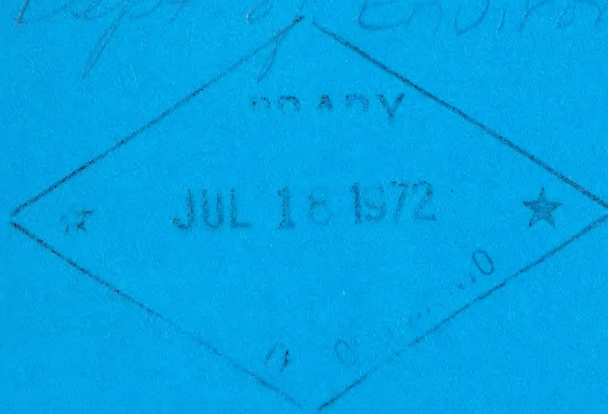
-2005

Freezing Fish and Shellfish

Congélation de poissons et fruits de mer

Canada

Dept. of Environment



VIF

Tips for successful freezing

- Use only good quality, strictly fresh fish and shell-fish.
- Use moisture, vapor-proof materials or containers.
- Package fish carefully, exclude air, seal tightly.
- Label packages for quick identification by noting species, weight or number of fillets, date of freezing. Keep up-to-date inventory.
- Store at 0° F. temperature or lower for ideal storage.
- Keep thermometer in freezer and make a regular check on the temperature. A constant temperature is important to maintain quality.

To prepare fish for freezing

Clean, ready for cooking. Remove fins, tail and scales. Rinse in cold water. Leave whole, fillet, or cut into steaks.

Dip "leaner" fish in salt solution (1 cup to 1 gallon cold water) for 20 seconds. This helps to "firm" the fish and improves the flavour.

If freezing is delayed, pack fish in ice, and store in refrigerator.

Conseils pour bien congeler

- N'utiliser que du poisson ou des fruits de mer de bonne qualité et bien frais.
- N'utiliser que des contenants tout à fait étanches et hydrofuges.
- Mettre avec soin le poisson dans un emballage sous vide, fermé hermétiquement.
- Étiqueter les emballages en notant l'espèce, le poids ou le nombre de filets, la date de congélation, afin de pouvoir les identifier rapidement. Tenir à jour l'inventaire des réserves.
- Pour une conservation idéale, garder à une température inférieure ou égale à 0° F.
- Mettre un thermomètre dans le congélateur et vérifier régulièrement la température.

Préparation du poisson

Le poisson doit être prêt pour la cuisson. Enlever les nageoires, la queue et les écailles. Rincer le poisson. Le laisser entier, le fileter ou le débiter en darnes.

Tremper le poisson maigre dans une saumure (1 tasse de sel par gallon d'eau froide) pendant 20 secondes, afin d'en raffermir la chair et d'en améliorer la saveur.

S'il faut retarder la congélation, emballer le poisson dans de la glace et le mettre au réfrigérateur.

To prepare shellfish for freezing

Crabs and lobsters

- Use only freshly caught, freshly cooked crab or lobster meat.
- Boil in salted water — crabs 15-20 min., lobsters 10-20 mins.
- Cool shells quickly, using cold running water.
- Pick meat from shells and package immediately in amounts to be used at one time. Use freezer containers. Allow approximately ½-inch head space and add about ¼-inch cold water. Put container lid on securely and turn container upside-down.
- Freeze at once. The water will sink to the top of the container to form a seal.
- When the shellfish is frozen, turn container right side up.

Whole crab

- Cook as above.
- Eviscerate and wash thoroughly.
- Put shell back on and put crab in polyethylene bag.
- Exclude air and seal tightly.

Whole lobster

- Cook as above.
- Place whole lobster in polyethylene bag.
- Exclude air and seal tightly.
- Freeze.

Préparation des coquillages et crustacés

Crabes et homards

- Utiliser seulement de la chair fraîche de crabe ou de homard venant d'être cuite.
- Faire bouillir les crabes de 15 à 20 minutes et les homards de 10 à 20 minutes, dans de l'eau salée.
- Passer les carapaces sous le robinet d'eau froide.
- Retirer la chair des carapaces et l'emballer immédiatement par quantités normalement consommées en une fois. Utiliser des contenants pour congélation tout en ménageant un espace d'environ ½ pouce sur le dessus et ajouter ¼ de pouce d'eau froide. Ajuster le couvercle soigneusement et poser immédiatement le contenant à l'envers dans le congélateur.
- L'eau qui s'accumulera dans le bas formera une couche hermétique en gelant.
- Une fois les crustacés congelés, remettre le contenant à l'endroit.

Crabe entier

- Cuire comme il est indiqué ci-dessus.
- Éviscérer et laver avec soin.
- Remettre la chair dans la carapace et placer le tout dans un sac de polyéthylène.
- Évacuer l'air et fermer hermétiquement.

Shrimp

- Freeze only strictly fresh shrimp, cooked or un-cooked.
- Shrimp may be frozen with or without shells.

Raw shrimp

- Wash, remove head and sand vein.
- Wash in brine (1 teaspoon salt to 1 quart of water).
- Drain and package in freezer containers, following the directions for crab and lobster.
- Label.
- Freeze.

Cooked shrimp

- Prepare shrimp as above.
- Cook in salted water 10 minutes.
- Shell and remove vein if necessary.
- Rinse, drain and package in freezer container.
- Add water to the container as with crab or lobster.
- Label.
- Freeze.

Homard entier

- Cuire comme ci-dessus.
- Mettre le homard dans un sac de polyéthylène.
- Évacuer l'air et fermer hermétiquement.
- Congeler.

Crevettes

- Ne congeler que les crevettes de la plus grande fraîcheur, cuites ou non.
- On peut laisser les crevettes dans leur carapace ou non.

Crevettes crues

- Laver, étêter et déveiner.
- Passer dans une saumure (une cuillerée à thé de sel pour une pinte d'eau).
- Égoutter et emballer dans des contenants à congélation, en suivant les mêmes directives que pour le crabe et le homard.
- Étiqueter.
- Congeler.

Crevettes cuites

- Préparer les crevettes comme il est indiqué ci-dessus.
- Les cuire dans de l'eau salée pendant 10 minutes.
- Enlever la carapace et déveiner au besoin.
- Rincer, égoutter et emballer dans un contenant pour congélation.
- Ajouter de l'eau comme pour le crabe et le homard.
- Étiqueter.
- Congeler immédiatement.

List of recommended packaging materials

- Moisture-vapor proof plastic films such as cellophane, polyethylene, pliofilm.
- Freezer aluminum foil — ordinary foil tears and punctures.
- Laminated paper.
- Heavily waxed freezer paper (for short term storage only). Use double wrap for long storage.
- Direct fill containers of waxed fiberboard, plastic, glass, or aluminum.
- Plastic bags of assorted sizes.
- Freezer tape.
- Stockinette — tubular mesh material holds paper close to food — gives package added protection.
- Labels.
- Wax pencil.

Liste des emballages recommandés

- Emballage plastique hydrofuge tel que le cellophane, le polyéthylène, etc.
- Feuilles d'aluminium pour congélateur (les feuilles d'aluminium ordinaires se déchirent et se percent)
- Papier laminé
- Papier très paraffiné pour congélateur (pour de courtes périodes d'entreposage seulement; pour de longues périodes, utiliser une feuille double)
- Contenants pour congélation faits de carton dur paraffiné de plastique, de verre ou d'aluminium
- Sacs de plastique de différentes grosseurs
- Ruban adhésif pour congélateur
- Étui de coton — tissu indémaillable de forme tubulaire qui tient le papier serré autour de la nourriture et donne à l'emballage un surcroît de protection
- Étiquettes
- Crayon gras

To wrap fish for freezing

- Wrap in meal-size packages.
- Pack fillets, steaks or small, whole fish in freezer containers. Add water to fill crevices, *or* place double thickness of freezer paper between individual fish, steaks or fillets. Wrap tightly in freezer paper. Exclude all air from packaging by pressing the wrap tightly against the fish.
- Use drugstore fold.
- Secure with tape *or* heat seal, depending on the type of wrapping.

To glaze fish for freezing

- Large fish may be glazed before wrapping.
- To glaze, freeze fish until solidly frozen. Dip frozen fish quickly into ice-cold water. A thin coating of ice will freeze immediately on the surface. Repeat several times.
 - Wrap in freezer paper *or* seal in polyethylene bags.
 - Label.
 - Place packaged fish immediately in freezer.

Emballage du poisson

- Emballer le poisson dans des paquets représentant l'équivalent d'un repas.
- Emballer les filets, les darnes ou les petits poissons entiers dans des contenants pour congélation. Ajouter de l'eau pour combler les interstices ou bien séparer les petits poissons individuels, les darnes ou les filets par deux épaisseurs de papier à congélation. Évacuer tout l'air en resserrant étroitement l'emballage autour du poisson.
- Fermer l'emballage par un double pli.
- Selon le type d'emballage, le fermer au moyen d'un ruban adhésif ou en chauffant le pli pour le bien sceller.

Glaçage du poisson

- On peut glacer les gros poissons avant de les envelopper.
- Pour ce faire, mettre le poisson au congélateur jusqu'à ce qu'il soit congelé; puis, le plonger rapidement dans de l'eau glacée. Une mince couche de glace se formera immédiatement sur la peau. Répéter plusieurs fois l'opération.
- Envelopper ensuite dans des emballage pour congélateurs ou sceller dans des sacs de polyéthylène.
- Étiqueter.
- Placer immédiatement dans le congélateur.

Oysters and clams

- Freeze only strictly fresh oysters and clams.
- Wash shells.
- Shuck, reserving liquid.
- Wash oysters or clams thoroughly in brine (4 table-spoons salt to 1 gallon of cold water).
- Drain and pack in freezer containers, covering with oyster or clam liquid.
- Label.
- Freeze immediately.

Huîtres et clams

- Ne congeler que les huîtres et les clams de la plus grande fraîcheur.
- Laver les coquilles.
- Écailler, mais conserver le liquide se trouvant à l'intérieur.
- Laver les huîtres ou les clams avec soin dans une saumure (4 cuillerées à thé de sel pour un gallon d'eau froide).
- Égoutter et emballer dans des contenants pour congélation, en recouvrant avec le liquide conservé.
- Étiqueter.
- Congeler immédiatement.

Storage times for frozen fish and shellfish

Lean fish

- cod, haddock, ocean perch, fresh water perch, pike, smelt —

Up to 6 months

Medium fat fish

- halibut, whitefish, speckled trout, rainbow trout —

Up to 4 months

Fat fish

- black Alaska cod, lake trout, salmon, mackerel, tuna, shad, turbot —

Up to 2 months

Shellfish

- shrimp, oysters, clams —

Up to 3 months

- lobster, crab —

Up to 2 months

Note :

These storage times are for the average home freezer whose storage temperature is 0 degrees F. Ideal storage temperature for fish is -15 to -20 degrees F.

Temps de conservation pour le poisson, les coquillages et les crustacés congelés

Poisson maigre

- morue, aiglefin, sébaste, doré, perchaude, brochet, éperlan

(Jusqu'à 6 mois)

Poisson moyennement gras

- flétan, corégone, truite mouchetée, truite arc-en-ciel

(Jusqu'à 4 mois)

Poisson gras

- morue charbonnière, truite de lac, saumon, maquereau, thon, alose, turbot

(Jusqu'à 2 mois)

Coquillages et crustacés

- crevettes, huîtres, clams

(Jusqu'à 3 mois)

- homard, crabe

(Jusqu'à 2 mois)

Remarque : Les périodes de conservation indiquées ci-dessus valent pour un congélateur domestique moyen, dont la température constante est de 0° F. La température idéale pour la conservation du poisson est de -15 à -20 degrés Fahrenheit.

Cooking methods for frozen fish and shellfish

Proper cooking methods for frozen fish and shellfish are important in order to preserve moisture. *Do not thaw before cooking* except for frying or when necessary for handling, such as stuffing the fish. In these cases, partially thaw the fish at refrigerator temperature to the point where the fish is flexible but still icy. *Never refreeze fish that has been thawed.*

Cuisson du poisson, des coquillages et des crustacés congelés

Il est important de respecter les méthodes appropriées de cuisson du poisson, des coquillages et des crustacés congelés, de façon à préserver la teneur en humidité du produit. *Il n'est pas nécessaire de décongeler avant de cuire*, sauf lorsqu'on veut farcir le poisson ou le faire frire. Dans ce cas, dégeler partiellement au réfrigérateur jusqu'à ce que le produit soit souple mais encore glacé. *Ne jamais congeler une seconde fois.*

Consumer consultants of the Fisheries Service will be pleased to provide additional information on request.

They may be contacted at the following addresses:

Sir Charles Tupper Building,
Confederation Heights,
Ottawa K1A 0H3
Phone 997-4462

P.O. Box 5667,
Building 302,
Pleasantville,
St. John's Nfld.
Phone 726-7330

P.O. Box 550,
Halifax, N.S.
Phone 426-3992

Champlain Harbour Station,
Wolfe's Cove,
Quebec 2, P.Q.
Phone 694-3010

590 Keele Street,
4th Floor,
Toronto, Ont.
Phone 763-1161

114 Garry Street,
Winnipeg, Man.
Phone 985-4091

1090 W. Pender Street,
Vancouver 1, B.C.
Phone 666-1384

Les conseillères en sciences de l'alimentation du Service des pêches fourniront avec plaisir, sur demande, des renseignements supplémentaires.

On peut communiquer avec elles en s'adressant aux endroits suivants:

Édifice Sir Charles Tupper
Confederation Heights
Ottawa, Ont.
Tél: 997-4462

Case postale 5667
Édifice 302
Pleasantville
Saint-Jean, T-N.
Tél: 726-7330

Case postale 550,
Halifax, N-É.
Tél: 426-3992

Gare maritime Champlain
Anse-aux-Foulons,
Québec 2, Qué.
Tél. 694-3010

590, rue Keele
4^e étage
Toronto 9, Ont.
Tél. 763-1161

114, rue Garry
Winnipeg, Man.
Tél. 985-4091

1090 ouest, rue Pender
Vancouver, C-B.
Tél: 666-1384

Issued under the
authority of the
Honourable Jack Davis, P.C. M.P.,
Minister,
Environment Canada

Information Canada
Catalogue No. Fs31-1972/3
Ottawa, 1972

Publication
autorisée par
l'honorable Jack Davis, C.P., député
Ministre,
Environnement Canada

© Information Canada
N° de catalogue Fs31-1972/3
Ottawa, 1972

